

VICTOR TTB U13/U15 Lehrgang

04. bis 06.10.2024

Sportschule Oberhaching

GEHT AN:

JG 2010 & JG 2011

Anna Zirwald, Kilian Scherer, Suluo Li, Ailin Zheng, Alexia Nedelcu, Aowei Su, Jonas Ohmayer, Yutong He, Jakob Hopp, Eshal Farhan Siddiqi, *Valentin Lang (BaWü)*, *Lena Gütl (BaWü)*

JG 2012 & JG 2023:

Julia Sui, Matthias Seiler, Marie Wong, Marie Ullmann, Emma Flemming, Aarya Dahiya, Linus de Matos, Leo Kantowski, Arya Mendiratta, Sebastian Albert, Lasse Wittmann, *Nina Zhang (SAC)*

ZUR INFO IN KOPIE AN:

LSP-Ausschuss; Sebastian Buijze,
Vereinstrainer*innen und Eltern der Nominierten

Liebe Spieler*innen, liebe Eltern,

hiermit darf ich Euch ganz herzlich zum Talentteam Bayern U13/U15 Lehrgang in der Sportschule Oberhaching einladen.

Die Anmeldung bei Einladungsveranstaltungen erfolgt direkt über das eigene Spielerprofil unter [nuLiga](#) oder per Mail an [Christiane Schmidt](#). **Auch, wenn Ihr nicht teilnehmen könnt, erwarten wir eine offizielle Absage in nuLiga.**

Eine Teilnahme der*s Heimtrainer*innen ist für den Sonntagvormittag (9.00 bis 11.30 Uhr) gewünscht, da hier das [PLUS PREVENTION PROGRAM](#) durchgeführt wird.

„Funktionelle Defizite können Ursache vieler Sportverletzungen sein. Insbesondere muskuläre Dysbalancen sowie Kraft-, Mobilitäts- und Koordinationsdefizite gelten als beeinflussbare Risikofaktoren, die die Verletzungswahrscheinlichkeit erhöhen. Chronische und akute Sportverletzungen im (Nachwuchs-)Leistungssport können dabei zu einem erheblichen Problem aufgrund von verletzungsbedingten Ausfallzeiten werden. Daher ist es sehr wichtig, potenzielle Risikofaktoren frühzeitig zu erkennen, um motorische Defizite durch gezielte Trainingsinterventionen zu minimieren.









Mit diesem Ziel wurde das Plus Prevention Program entwickelt. Dieses stellt ein diagnostisches Verfahren zur Erfassung muskuloskelettaler Schwächen im Nachwuchsleistungssport dar, wobei die benutzerfreundliche Anwendung im Vordergrund steht. In einer Testbatterie werden zunächst grundlegende Bewegungsmuster beurteilt und potenzielle Risikofaktoren identifiziert. Anschließend werden die Ergebnisse in einem individuellen Risikoprofil zusammengefasst. Zur Verbesserung der festgestellten Defizite können sich Sportler*innen und Trainer*innen an den korrigierenden Übungsempfehlungen als praktische Handlungsempfehlung orientieren, um das Risiko von Verletzungen zu reduzieren.

Der Workshop umfasst die Einführung und begleitet selbstständige Durchführung des [Plus Prevention Programs](#) mit den Jugendlichen und den Heimtrainer*innen mit anschließender Erklärung der Auswertung und Möglichkeiten zur Anwendung der individuellen Handlungsempfehlungen.

Anmeldung der*s Heimtrainer*innen bitte ebenfalls über den untenstehenden Link. Eine Übernachtung, falls gewünscht, muss selbst organisiert werden.

Viele Grüße

Lukas Gunzelmann

TERMIN	Freitag, 04.10.2024 bis Sonntag, 06.10.2024 Lehrgangsbeginn: 17:00 Uhr (Anreise bis 16.30 Uhr), Ende: 12:00 Uhr	
ORT	Sportschule Oberhaching (www.sportschule-oberhaching.de) Im Loh 2, 82041 Oberhaching	
ANREISE	Aufgrund der guten Anbindung an den ÖPNV, bitten wir möglichst mit dem Zug anzureisen. Haltestelle ist „Furth (B Deisenhofen).“ <ul style="list-style-type: none">• Jugend BahnCard 25: Für einmalig 7,90 € für alle Personen bis 18• NEU im Fernverkehr: Reisen mit Kind jetzt noch einfacher! Bis zu vier Kinder reisen kostenfrei mit einer Begleitperson, die min. 15 Jahre alt ist	
TRAINER	<ul style="list-style-type: none">• Sebastian Buijze• Jan Eisenbraun Institut für Angewandte Trainingswissenschaft• N.N.	
KOSTEN	Kosten für Kinder <ul style="list-style-type: none">• 99,- € mit Landeskaderstatus• 119,- € ohne Landeskaderstatus / externer Landesverband Darin enthalten sind: <ul style="list-style-type: none">• Übernachtung in der Sportschule• Vollverpflegung mit Getränken bei den Mahlzeiten• Training, Betreuung, Coaching <p>Die Eigenbeteiligung wird von der BBV-Geschäftsstelle im Nachgang per E-Mail in Rechnung gestellt. Eine Barzahlung ist nicht möglich.</p>	
MITZUBRINGEN	<ul style="list-style-type: none">• Krankenversicherungskarte• Schwimmsachen• Wasserflasche zum Wiederauffüllen• Kohlenhydratreiche Snacks wie Müsliriegel, Bananen etc.• Trainingstasche im Top Zustand• Wäschesack für Kleidung• Karten/Brettspiele/Bücher o.ä. für die Mittagspause	
ANMELDUNG	Verbindliche An- bzw. Abmeldungen bis zum 10.09.2024 . Bei Nichtteilnahme trotz Anmeldung behält sich der BBV vor Ausfallkosten zu berechnen. <i>HIER geht es zur Anmeldung / Registrierung.</i>	
	Bei technischen Fragen zur Anmeldung bitte an Christiane Schmidt (christiane.schmidt@badminton-bbv.de) wenden.	